

SARI

Ahada N.U., Rizam. 2010. *Pengaruh Latihan Forehand Drive Posisi Bergerak ke Samping dan Posisi Bergerak Diagonal Terhadap Kemampuan Forehand Drive Petenis Putra KU 10 – 14 Tahun Rukun Tennis Club Kudus Tahun 2010.* Skripsi, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I : Soedjatmiko, S.Pd., M.Pd. dan Pembimbing II : Dr. Khomsin, M.Pd.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan pengaruh latihan *forehand drive* antara posisi bergerak ke samping dan posisi bergerak *diagonal* terhadap kemampuan *forehand drive* petenis putra KU 10 – 14 tahun Rukun Tennis Club Kudus tahun 2010.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pola M-S. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah petenis putra Rukun Tennis Club Tahun 2010 KU 10-14 tahun berjumlah 14 atlet. Variabel penelitian ini ada dua macam yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebasnya adalah latihan posisi bergerak ke samping dan latihan posisi bergerak diagonal. Variabel terikatnya adalah kemampuan *forehand drive*. Instrumen tes dalam penelitian ini menggunakan *The Hewwit's Tennis Achievement Test*. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan *t-test* rumus pendek pada taraf signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan (d.b) = $N-1 = 7-1 = 6$. Sebelum uji hipotesis dilakukan uji persyaratan analisis hipotesis berupa uji normalitas dengan menggunakan uji *lilliefors* dan uji homogenitas menggunakan uji *Bartlett (Chi-Square)*.

Hasil analisis data diperoleh hasil *t*-hitung sebesar 2,646, sedangkan *t* tabel = 2,447. Jadi *t*-hitung lebih besar dari *t*-tabel ($t\text{-hitung} = 2,646 > t\text{ tabel} = 2,447$). Hal ini berarti ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *forehand drive* posisi bergerak ke samping dan posisi bergerak diagonal terhadap kemampuan *forehand drive*. Berdasarkan uji lanjut dengan uji mean, diperoleh harga mean kelompok eksperimen sebesar 31,43, sedangkan mean kelompok kontrol 30,93, jadi $Me > Mk$ ($31,43 > 30,93$). Maka disimpulkan bahwa latihan *forehand drive* posisi bergerak ke samping lebih baik dari pada *forehand drive* posisi bergerak diagonal terhadap kemampuan *forehand drive* petenis putra ku 10 – 14 tahun Rukun Tennis Club Kudus tahun 2010.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, bagi pelatih atau guru olahraga dalam memberikan latihan, khususnya latihan *forehand drive* disarankan menggunakan latihan posisi bergerak ke samping sebagai bentuk alternatif latihan. Bagi para calon peneliti yang lain, maka hasil ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk mengadakan penelitian lainnya yang sejenis.